

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DAN LAMA MENSTRUASI DENGAN
KEJADIAN SUSPEK ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI KABUPATEN
SUKOHARJO**

SKRIPSI



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
pada Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan

Oleh:

LILIN DIAN NOVITA

J 310 170 198

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DAN LAMA MENSTRUASI DENGAN
KEJADIAN SUSPEK ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI KABUPATEN
SUKOHARJO**



LILIN DIAN NOVITA
J 310 170 198

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI**

ABSTRAK

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DAN LAMA MENSTRUASI DENGAN
KEJADIAN SUSPEK ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI KABUPATEN
SUKOHARJO**

LILIN DIAN NOVITA, LISTYANI HIDAYATI

Pendahuluan: Prevalensi anemia pada remaja di dunia sebesar 29% dengan 50% penderita disebabkan oleh defisiensi besi. Defisiensi besi disebabkan oleh rendahnya asupan zat besi, kehilangan zat besi akibat menstruasi, dan peningkatan kebutuhan zat besi. Asupan zat besi yang kurang dan lama menstruasi yang panjang menyebabkan kehilangan zat besi semakin banyak sehingga cadangan zat besi dalam tubuh menurun dan menyebabkan anemia.

Tujuan: Mengetahui hubungan asupan zat besi dan lama menstruasi dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.

Metode: Penelitian dilakukan dengan desain penelitian *cross-sectional*. Subjek penelitian sebanyak 110 remaja putri di Kabupaten Sukoharjo yang dipilih dengan metode *multistage sampling*. Asupan zat besi diperoleh dengan formulir FFQ Semi-Kuantitatif selama 3 bulan terakhir, data lama menstruasi diperoleh dengan pertanyaan terbuka terkait lama menstruasi 3 bulan terakhir, dan data suspek anemia diukur menggunakan kuesioner deteksi dini tanda-tanda anemia. Analisis data menggunakan metode uji *Chi Square* (χ^2) untuk mengetahui hubungan antar variabel.

Hasil: Hasil analisis statistik menunjukkan asupan zat besi pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo kategori cukup sebesar 39,1% dan termasuk kategori kurang sebesar 60,9%. Lama menstruasi pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo kategori normal sebesar 83,6% dan termasuk kategori tidak normal sebesar 16,4%. Kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo kategori suspek anemia sebesar 34,5% dan termasuk kategori non suspek anemia sebesar 65,5%.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara asupan zat besi dan lama menstruasi dengan kejadian suspek anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo.

Kata Kunci: Asupan Zat Besi, Lama Menstruasi, dan Suspek Anemia

NUTRITION SCIENCE PROGRAM
FACULTY HEALTH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
THESIS

ABSTRACT

**CORRELATION BETWEEN IRON INTAKE AND DURATION OF
MENSTRUATION WITH THE INCIDENCE OF SUSPECTED ANEMIA OF
ADOLESCENT GIRLS IN SUKOHARJO**

LILIN DIAN NOVITA, LISTYANI HIDAYATI

Introduction: The prevalence of anemia in adolescents in the world is 29% with 50% of patients being caused by iron deficiency. Iron deficiency is caused by low iron intake, iron loss due to menstruation, and increased need for iron. Lack of iron intake and long menstrual periods cause more iron loss so that iron stores in the body decrease and cause anemia.

Objective: This study aimed to determine the correlation between iron intake and duration of menstruation with the incidence of suspected anemia in adolescent girls in Sukoharjo.

Methodology: The study was conducted with a *cross-sectional* study design. The subjects of 110 adolescent girl Junior High School in Sukoharjo Regency were selected by *multistage sampling*. Iron intake was obtained with a *Semi-Quantitative FFQ* form for the last 3 months, data on duration of menstruation was obtained with duration of menstruation form in the last 3 months, and data on suspected anemia was determined using a questionnaire for early detection of signs of anemia. Analysis of data applied the Chi Square (χ^2) test method to determine the correlation between variables.

Results: The results of statistical analysis on adolescent girls showed that the iron intake of adolescent girls in Sukoharjo Regency was in the sufficient category of 39.1% and less category of 60.9%. The duration of menstruation in adolescent girls in Sukoharjo Regency is in the normal category of 83.6% and abnormal category of 16.4%. The incidence of suspected anemia in adolescent girls in Sukoharjo Regency in the category of suspected anemia is 34.5%.

Conclusions: The results of this study showed there was a correlation between iron intake and duration of menstruation with the incidence of suspected anemia in adolescent girls in Sukoharjo.

Keywords: Iron Intake, Duration Of Menstruation, and Suspected Anemia

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan didalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, 7 Oktober 2021

Penulis



Lilin Dian Novita

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Proposal : Hubungan Asupan Zat Besi dan Lama Menstruasi
dengan Kejadian Suspek Anemia pada Remaja
Putri di Kabupaten Sukoharjo
Nama Mahasiswa : Lilin Dian Novita
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 170 198

Telah disetujui dan dinilai oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Ilmu Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal 19 Oktober 2021

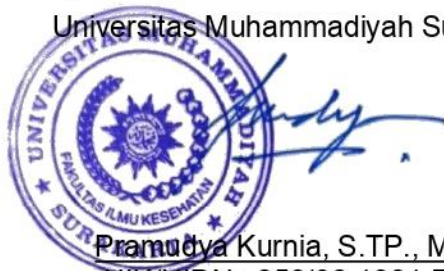
Menyetujui,
Pembimbing



Ir. Listyani Hidayati, M.Kes
NIK/NIDN : 673/0620126703

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Pramudya Kurnia, S.TP., M.Agr
NIK/NIDN : 959/06-1901-7801

HALAMAN PENGESAHAN

Berjudul :

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DAN LAMA MENSTRUASI DENGAN
KEJADIAN SUSPEK ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI KABUPATEN
SUKOHARJO**

Oleh :
LILIN DIAN NOVITA
J 310 170 198

Dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pada tanggal 19 Oktober 2021

Pembimbing


Ir. Listyani Hidayati, M.Kes
NIK/NIDN : 673/0620126703

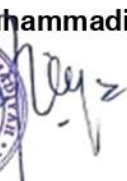
Penguji :

1. Ir. Listyani Hidayati, M.Kes ()
2. dr. Listiana Dharmawati S., M.Si ()
3. Siti Zulaekah, A., M.Si ()

Menyetujui,
Kepala Program Studi Ilmu Gizi


Pramudya Kurnia, S.TP., M.Agr
NIK/NIDN : 959/06-1901-7801

Mengetahui,
**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta**


Dr. Umi Budi Rahayu, S.Fis., Ftr., M.Kes
NIK/NIDN : 06-2011-7301

RIWAYAT HIDUP

Nama : Lilin Dian Novita

Tempat, tanggal lahir : Grobogan, 15 April 1998

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : ISLAM

Alamat : Jatiharjo, RT 03/06, Kecamatan Pulokulon, Kabupaten
Grobogan, Jawa Tengah. 58181

Riwayat Pendidikan : Lulus SD Negeri 2 Jatiharjo tahun 2010

Lulus SMP Negeri 1 Pulokulon tahun 2013

Lulus SMA Negeri 1 Purwodadi tahun 2016

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Puji syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang atas berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun skripsi dengan sebaik-baiknya. Penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan moril maupun materiil baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi, terutama kepada yang saya hormati :

1. Ibu Dr. Umi Budi Rahayu, S.Fis., Ftr., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Bapak Pramudya Kurnia, S.TP., M.Agr selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Ir. Listyani Hidayati, M.Kes selaku dosen pembimbing yang dengan baik dan sabar dalam proses bimbingan skripsi.
4. dr. Listiana Dharmawati S., M.Si dan Ibu Siti Zulaekah, A., M.Si selaku dosen penguji yang bersedia meluangkan waktu untuk menguji skripsi.
5. Orang tua yang senantiasa memberi doa, semangat, dan menjadi motivasi terbesar penulis dalam penyusunan skripsi.
6. Sahabat yang senantiasa memberi semangat dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
7. Semua pihak yang telah membantu selama penyusunan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karenanya, kritik dan saran yang membangun dari para pembaca guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Semoga

skripsi ini membawa manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang ilmu gizi dan pembaca.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Surakarta, 07 Oktober 2021

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN SAMPUL.....	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Ruang Lingkup Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Pustaka	6
B. Kerangka Teori	24
C. Kerangka Konsep	25
D. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	26

B. Kode Etik Penelitian.....	26
C. Waktu dan Tempat Penelitian	26
D. Populasi dan Sampel	27
E. Variabel Penelitian	30
F. Definisi Operasional Variabel.....	30
G. Prosedur Penelitian	31
H. Pengolahan Data	35
I. Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	38
B. Gambaran Umum Subjek penelitian	39
C. Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan Asupan Zat Besi	41
D. Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan Lama Menstruasi.....	44
E. Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan Kejadian Suspek Anemia....	45
F. Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Suspek Anemia	46
G. Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Suspek Anemia.....	50
H. Keterbatasan Penelitian.....	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	54
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Kadar Hemoglobin	9
2 Waktu Penelitian.....	26
3 Definisi Operasional.....	30
4 Gambaran Umum Subjek Penelitian	39
5 Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan Asupan Zat Besi	41
6 Rata-rata Asupan Zat Besi.....	42
7 Bahan Makanan yang Sering Dikonsumsi.....	43
8 Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan Lama Menstruasi	44
9 Rata-rata Lama Menstruasi	44
10 Distribusi Subjek Penelitian berdasarkan Kejadian Suspek Anemia	45
11 Rata-rata Skor Kejadian Suspek Anemia	45
12 Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Suspek Anemia	47
13 Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Suspek Anemia	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori	24
2. Kerangka Konsep.....	25
3. Teknik Sampling (Tempat Penelitian).....	29
4. Teknik Sampling (Subjek Penelitian)	29
5. Diagram Penelitian.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. <i>Informed Consent</i>	60
2. Kuesioner Deteksi Dini Tanda-Tanda Anemia pada Remaja Putri di Kabupaten Sukoharjo.....	62
3. Kuesioner Lama Menstruasi	64
4. Formulir <i>Food Recall</i> 24 Jam	65
5. Formulir Semi Kuantitatif FFQ.....	66
6. <i>Ethical Clearence</i>	72
7. Master Data	73
8. Analisis Statistik.....	80
9. Dokumentasi.....	85